予約炊飯をする（食べたい時刻に炊き上げる）

●予約時刻は「予約1」と「予約2」の2通りセットできます。工場出荷時は「予約1」に6:00、「予約2」に18:00がセットされています。
●予約時刻は炊き上がりの時刻です。
●現在時刻に近接した時間の場合は、すぐに炊飯が始まります。

お願い
●「炊込み」は予約炊飯をしないでください。（調味料が沈殿してうまく炊けません。）
●予約は12時間以内を目安にしてください。

例）「予約1」に「7:30」に予約炊飯するとき

現在時刻を確認し、ずれているときは直す →P.5

❶ お米と炊きかたを選んでから
予約 を押し、「予約1」を点灯させる
●ボタンを押すごとに点灯が変わります。

●お米と炊きかたの選びかた →P.8、9

●工場出荷時時刻か前回設定時刻を表示します。

❷ 時 または 分 を押し、炊き上がり時刻「7:30」を設定する
●ボタンを押すごとに時刻が変わります。
・時 は1時間単位、分 は10分単位で進みます
・押し続けると早送りします

●時刻設定中に「保温」ボタンを約3秒間押すと、工場出荷時刻に戻ります。

❸ 炊飯 を押す

ブザーが「ピーピー」と鳴って予約完了
●炊飯ランプが消灯し、予約ランプが点灯します。

●「予約2」のブザー音は「ピーピピピピ」です。
●設定時刻は記憶されます。
●予約炊飯の取り消しは「切」ボタンを押します。

メロディー（ブザー）が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●保温ランプが点灯します。

●保温のしかたは →P.12

浸し炊飯をする（お米を浸してから炊く）

●浸し中の温度を制御し、お米に水を十分吸わせてから炊き始めます。
●浸す時間の目安は夏場30分程度、冬場60分程度をおすすめします。
●予約炊飯との組合わせはできません。

お願い
●「炊込み」は浸し炊飯をしないでください。（調味料が沈殿してうまく炊けません。）

例）「60分」の浸し炊飯にするとき

❶ お米と炊きかたを選んでから
予約 を押し、「30」分を点灯させる
●ボタンを押すごとに点灯が変わります。

●お米と炊きかたの選びかた →P.8、9

●工場出荷時時刻か前回設定時刻を表示します。

❷ 分 を押し、浸し時間「60」を選ぶ
●ボタンを押すごとに時間が変わります。
・押し続けると早送りします

❸ 炊飯 を押す

ブザーが「ピーピーピピピピ」と鳴って浸し炊飯開始
●炊飯ランプが消灯し、予約ランプが点灯します。

●設定時間は記憶されます。
●浸し炊飯の取り消しは「切」ボタンを押します。

炊飯開始まで残り浸し時間を分単位表示

メロディー（ブザー）が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●保温ランプが点灯します。

●保温のしかたは →P.12

炊き上がったらごはんをほぐす

炊き上がったごはんの保温をする
（おいしく保温するポイント）

●炊飯が終了すると自動的に保温になります。お米の種類によっては、保温すると変質・におい・ベタつく場合がありますので、下表に従って保温をやめてください。

お米の種類	炊きかた	保温		
白米 無洗米	ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ	●炊飯終了後、自動的に保温になります （保温ランプが点灯します）	●ふつうの保温温度での保温は24時間以内、高めの保温温度での保温は12時間以内で保温ができます。 ●「炊込み」「おかゆ」は保温しないでください。	●保温を止めるときは「切」ボタンを押します （保温ランプが消灯します）
発芽玄米 玄米	ふつう 炊込み おかゆ		●保温しないでください。 （変質・におい・ベタつきの原因になります）	

●保温中はふたの内側・ふたパッキン・内がまにつゆがつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありません。

おいしく保温するポイント

●保温中もときどきほぐす。
●ごはんの量が少なくなってきたら、なるべく内がまの中央に盛る。（乾燥やベタつきを防ぎます。）
●保温時間は短めにする。24時間（高めの保温温度を保つ設定の場合は12時間）以上の保温をしない。
（においや変色の原因になります。）においが取れにくい場合 →P.15
●白米以外（炊込み、おこわ、発芽玄米、玄米、おかゆなど）の保温はしない。
●お米をよく研がないで炊いたごはんの保温、しゃもじを入れたままの保温、冷えたごはんの保温はしない。
●白米で12時間を超える保温や、白米以外のごはんは、ラップに包んで冷凍庫に保存し、電子レンジで温め直すとおいしく食べられます。

保温中のごはんの再加熱

●ごはんの温度が低く感じるときは、お好みで再加熱してください。

保温中のごはんをほぐして、平らにする

保温中に

を押す

●炊飯ランプが点滅します。
●約10分間自動的に再加熱します。

●炊飯直後など本体が熱いとき、または本体が冷たいときは、ブザーが鳴り再加熱できません。

お願い ●何度も繰り返して再加熱しないでください。（乾燥やおこげの原因になります。）

高めの保温温度設定への切り替え

●自動切り替えする保温温度を、高めの保温温度で継続することができます。

切り替えかた

保温中に メニュー を5秒間押し続ける

「Hi」と表示（2秒間）されたら切り替え完了

白米 Hi
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

その後保温経過時間に戻ります。

戻しかた

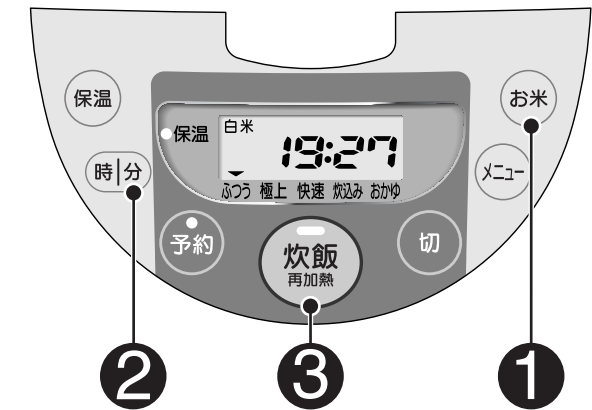
保温中に メニュー を5秒間押し続ける

「Lo」と表示（2秒間）されたら切り替え完了

その後保温経過時間に戻ります。

お願い ●高めの保温温度での保温は12時間までにしてください。（においや変色の原因になります。）

調理をする（煮込み調理（JS／JPタイプ）蒸し調理（JSタイプのみ））

●蒸しの調理は付属の蒸し板を使うため、JSタイプのみしかできません。
●加熱時間や調理のしかたは料理集 →P.21 を参照してください。

⚠警告

●料理集に記載の調理以外に使わない
●調理中はふたを開けない
やむを得ず開けるときは、「切」ボタンで調理を中止してから開けてください。
（やけどに注意してください。）

表示は加熱時間「20分」を選んだ場合の例

1 お米 を押し、「調理」を点滅させる

●ボタンを押すごとに点滅が移動します。

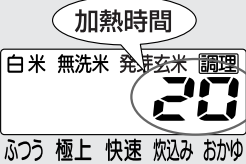
白米→無洗米→発芽玄米→玄米→調理（点滅）

白米 無洗米 点滅 調理 10
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

2 分 を押し、加熱時間を設定する

●ボタンを押すごとに時間が変わります。

1分～10分を1分単位で、10分～90分を10分単位で設定できます。

加熱時間
白米 無洗米 発芽玄米 調理 20
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

●加熱時間や調理のしかたは料理集 →P.21 を参照してください。

3 炊飯（再加熱） を押す

メロディー（ブザー）が鳴って加熱開始

●炊飯ランプが点灯します。

調理 20
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

終了時間まで残り加熱時間を分単位表示

メロディー（ブザー）が鳴ったら加熱終了
調理品を別の容器に移します

お願い ●内がまで調理品の保温や保存はしないでください。
（内がまのフッ素被膜が傷みます。）

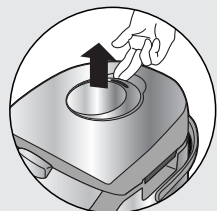
お手入れ

⚠警告 お手入れは、必ず電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う（やけどの原因）

お願い
- ●ベンジンやシンナー、漂白剤、みがき粉、アルカリ性洗剤、たわし類は使わないでください。（表面を傷つける原因）
- ●水洗いには食器用洗剤（中性）を使ってください。スポンジなどのやわらかいもので洗ってください。（表面を傷つける原因）
- ●食器乾燥機や食器洗い機は使わないでください。（変形･変色の原因）

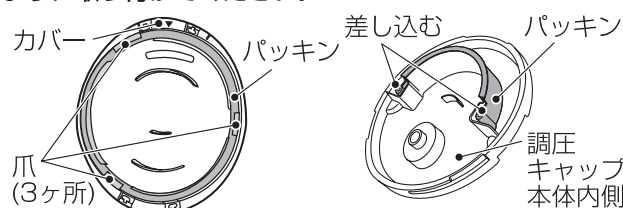
調圧キャップ（使うたびに洗う）

本体からはずして、食器用洗剤（中性）を使いスポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

1 調圧キャップをふたからはずす

2 調圧キャップ本体をカバーからはずす

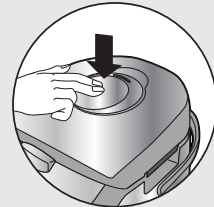
調圧キャップ本体の▲マークを「はずす」の方向に回し、カバーの▼マークと位置を合わせ、カバーを調圧キャップ本体からはずす。

3 汚れを洗い落とす

パッキンははずさないでください。はずれた場合は図のように取り付けてください。

4 調圧キャップ本体にカバーを取り付ける

調圧キャップ本体の▲マークをカバーの▼マークの位置と合わせ、3ヶ所の爪を確実にはめ込み、「しめる」の方向に回してカバーの▮マークの位置まで回して取り付ける。

5 調圧キャップをふたに取り付ける

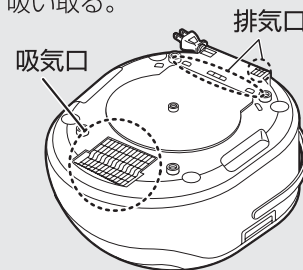
調圧キャップの中央部を押さえて、確実に差し込む。

本体･ふた（汚れのつど）

- ●固くしぼったふきんでふく。
- ●水洗いはしないでください。

吸気口･排気口（月に1度程度）

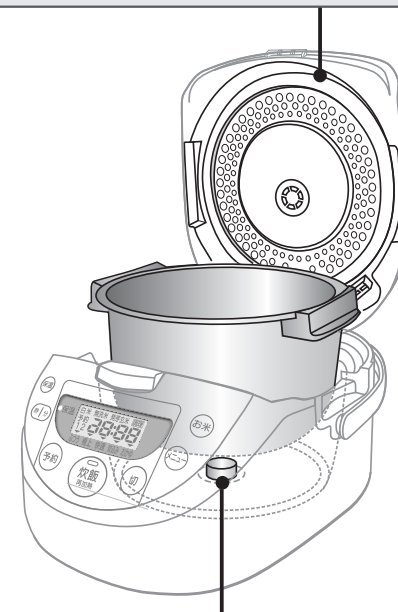
- ●吸気口･排気口のごみを掃除機で吸い取る。

しゃもじ（使うたびに洗う）しゃもじ受け･計量カップ（汚れのつど洗う）蒸し板（JSタイプのみ）（使うたびに洗う）

- ●食器用洗剤（中性）を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

内がま（使うたびに洗う）

- ●内がまが変形するとおいしく炊けなくなることがあります。取り扱いはていねいにお願いします。
- ●使用中、色むらができることがありますが、性能や、衛生上の支障はありません。
- ●内側のフッ素被膜をいためないために、次のことをお守りください。
  - •付属のしゃもじを使う
  - •金属製のおたまや泡立て器などを使わない
  - •スプーンや茶わんなどを入れて洗わない
  - •酢は使わない
  - •みがき粉やたわしで洗わない
- ●内側のフッ素被膜は、ご使用により消耗しますので、大切にお使いください。
- ●フッ素被膜は、人体への害はありません。

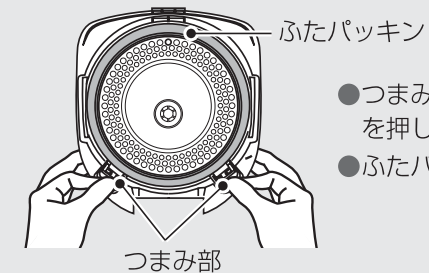
ふたパッキン（使うたびに洗う）

- ●ふた加熱板と一緒に洗ってください。
- ●ふたパッキンははずせないので引っぱらないでください。

温度センサー（炊く前に確認）

- ●こびりつきができたら、細かい耐水性紙ヤスリ(600番程度)に水をつけてこすり落とし、固く絞ったふきんでふき取る。
- ●水洗いはしないでください。

ふた加熱板（使うたびに洗う）

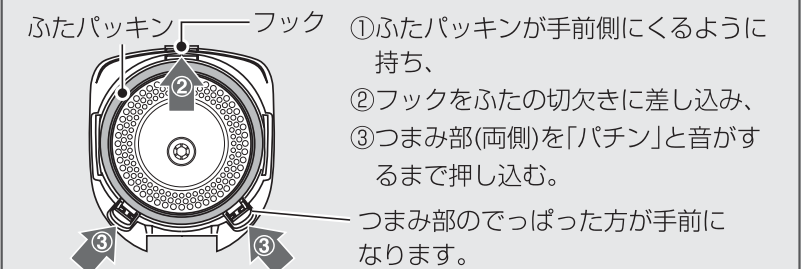
ふたからはずして、ふた加熱板ごとスポンジで洗ってください。

1 ふた加熱板をふたからはずす

- ●つまみ部（両側）の下側にあるボタンを押しながら手前へはずす。
- ●ふたパッキンは、はずせません。

2 ふた加熱板の汚れや詰まりを洗い落とす

3 ふた加熱板をふたに取り付ける

①ふたパッキンが手前側にくるように持ち、
②フックをふたの切欠きに差し込み、
③つまみ部(両側)を「パチン」と音がするまで押し込む。

つまみ部のでっぱった方が手前になります。

付け忘れて炊くことを防ぐため、ふた加熱板を付けないとふたが閉まりません。

においが気になるときは

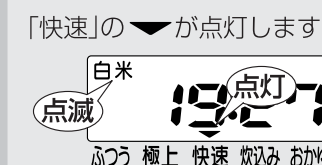
●炊き込みごはんなど調味料を使った炊飯･調理や保温の後のにおいが気になるときは、以下の方法でお手入れしてください。

1 内がまに水を入れる

●水の量は、1.0Lタイプでは「白米（無洗米）」の水位目盛2まで、1.8Lタイプでは「白米（無洗米）」の水位目盛4まで。
※水以外（洗剤など）は入れないでください。

2 お米を押し、「白米」を点滅させる

3 メニューを押し、▼を「快速」に合わせる

「快速」の▼が点灯します。

4 炊飯 再加熱 を押す

「炊飯（再加熱）」ランプが点灯し、メロディー（ブザー）が鳴って加熱が始まります。

5 約60分程経ったら 切 を押す

「炊飯（再加熱）」ランプが消灯し、「白米」「快速」の表示になります。

※自動停止はしません。忘れずに「切」ボタンを押してください。

6 本体が冷めてから お湯を捨て、水滴をふき取る

- ●終了直後は、内がま、内がま取っ手、ふた加熱板が熱くなっていますので、本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取ってください。
- ●においによっては、完全に落ちないものもあります。

お困りのときは

修理を依頼される前に
次の点をもう一度お調べください。

	こんなときは	ここを確認
炊飯について	●軟らかい ●ベタつく ●硬い ●芯がある ●生煮え	●お米の量と水加減 → P.6 →お米の量は付属の計量カップで計り、メニューごとの「炊飯できる量」を越えないようにしてください。 →軟らかいときは水加減を少なめ、硬いときは水加減を多めにします。 ●洗 米 → P.6 →白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 →無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●洗米や炊飯に使う水 → P.6 →洗米は、水で行い、お湯は使わないでください。（ベタつきの原因） →炊飯には、アルカリ度の高い水や硬度の高い水（海外のミネラルウォーターなど）は使わないでください。（ベタつきの原因） ●炊飯方法 → P.11 →予約炊飯は水加減を少なめにしてください。（お米の吸水増加による、軟らかい炊き上がりを防ぎます。） ●ごはんのほぐし → P.8 →炊き上がったごはんは、すぐにほぐします。（余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます。） ●内がまの底や温度センサーの汚れ → P.14、15 →異物を取り除きます。 ●炊飯の中断 →炊飯中に「切」ボタンを押した、電源プラグを抜いた、停電したなどで炊飯が中断すると、上手く炊き上がらない場合があります。 ●電 源 →延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使うと、電圧が下がりうまく炊き上がりません。延長コードは使わないで、コンセントは単独で使ってください。
	●こげる	大火力で炊飯するため、白米はうすいきつね色に、その他のお米はきつね色にこげることがあります。異常ではありません。 ●洗 米 → P.6 →白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 →無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●内がまの底や温度センサーの汚れ → P.14、15
	●ふきこぼれる	●お米の量と水加減 → P.6 →多めの水加減は、水位目盛の2mm上までにします。 →お米の量は付属の計量カップで計ります。 ●洗 米 → P.6 →白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 →無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●部品の汚れ、目詰まり → P.14 →調圧キャップの異物や目詰まりを取り除きます。 ●部品の取り付け → P.14、15 →調圧キャップ、ふた加熱板は忘れずに取り付けてから炊飯してください。 ●炊きかたの確認 →水量の多いおかゆを他の炊きかたで炊くと多量に吹きこぼれます。
	●ごはんの中央がくぼむ ●うすい膜ができる	この炊飯器はIH加熱で内がま自体が発熱するので、お米がしっかり対流し、中央部がくぼんだり、内がまに触れているごはんが白く見えることがあります。異常ではありません。うすい膜はごはんから出た旨みの素で、でんぷんがうすい膜状になったものです。大火力で旨みの素をたくさん出すためです。異常ではありません。
	●炊込みごはんがうまくできない	●調味料や具の入れかた →水に調味料を入れて水加減し、調味料が底にたまらないようによく混ぜます。 →具は水加減した後にお米の上にのせて炊飯し、炊き上がってから混ぜます。（調味料や具が沈殿すると、熱がうまく伝わらない場合があります。） ●調味料、具の量 →具の量は、お米の量の3～5割が適量です。油の多い具は少なめにします。 →たまり醤油は少なめにします。 ●炊飯方法 → P.10、11 →すぐ炊飯し、予約炊飯や浸し炊飯はしないでください。（具の変質や調味料の沈殿を防ぎます。）

	こんなときは	ここを確認
炊飯について	●おこわがうまくできない	●おこわは、もち米1カップに対し、白米（うるち米）を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯します。（もち米だけでは炊飯できません。） → P.9
	●炊飯時間が長い	浸しや蒸らしも自動で行うため、マイコン制御のない炊飯器（ガスがまなど）に比べ時間が長くかかります。異常ではありません。 ●お米の量と水加減 → P.6 →お米の量は付属の計量カップで計り、メニューごとの「炊飯できる量」を越えないようにしてください。 ●洗 米 → P.6 →無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●炊飯の中断 →炊飯中に停電があると、停電時間分長くなります。
	●ごはんや内がまなどがにおう	使い始めにプラスチックやゴムのにおいを感じることがあります。ご使用とともに少なくなります。また炊込みや調理の後もにおう場合があります。異常ではありません。 ●洗 米 → P.6 →白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 →無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●ごはんのほぐし → P.12 →炊き上がったごはんはすぐにほぐします。（余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます。） ●炊飯方法 → P.10 →夏場は予約時間の長い予約炊飯はしないでください。 ●炊飯の中断 →炊飯中に「切」ボタンを押した、電源プラグを抜いた、停電したなどで炊飯が中断すると、上手く炊き上がらず、においが発生する場合があります。 ●部品の汚れ → P.14、15 →調圧キャップ、ふた加熱板の汚れを取り除きます。
	●多量につゆがつく	●炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれることがあります。異常ではありません。 → P.9
保温について	●におう ●黄変する	長時間の保温や再加熱の繰り返しは、におい・黄変が発生します。異常ではありません。 ●保温ごはん → P.12 →しゃもじを入れたまま保温しないでください。また、冷えたごはんを保温しないでください。 ●洗 米 → P.12 →白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 →無洗米は、水がにごるときすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませます。 ●ごはんのほぐし → P.12 →炊き上がったごはんはすぐにほぐします。（余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます。） ●部品の汚れ → P.14、15 →調圧キャップ、ふた加熱板の汚れを取り除きます。
	●乾燥する	長時間の保温や再加熱の繰り返しは、ごはんを乾燥させます。異常ではありません。 ●保温ごはんの量 → P.12 →少量のごはんを保温するときは、中央に盛ります。 ●部品の汚れ → P.14、15 →内がまの底やふち、温度センサー、ふたのパッキンの汚れを取り除きます。 ●部品の取り付け → P.14、15 →調圧キャップ、ふた加熱板は忘れずに取り付けて保温します。
	●つゆがつく ●ベタつく	ふたの内側や内がまにつゆがつくのは乾燥を防ぐためです。また保温は温度を自動的に切り替えるため、温度が下がるときにつゆが付くことがあります。異常ではありません。 ●ごはんのほぐし → P.12 →炊き上がったごはんはすぐにほぐします。（余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます。） ●保温ごはんの量 → P.12 →少量のごはんを保温するときは、中央に盛ります。
	●ごはんの温度が低い	●保温コース → P.12 →ごはんの温度が低いと感じるときは、高めの保温に切り替えます。

お困りのときは つづき

修理を依頼される前に
次の点をもう一度お調べください。

	こんなときは	ここを確認
保温について	●再加熱ができない	本体が熱い（炊飯終了後、再加熱後）、および冷たいときはブザーが鳴り、再加熱できません。 → P.12
予約炊飯について	●すぐに炊きはじめる ●予約時刻に炊き上がらない	予約時刻は炊き上がり時刻の予約です。現在時刻に近い予約は、すぐに炊き始めます。また炊飯時間が必要なため、予約時刻に炊き上がらないときがあります。 時計の現在時刻を確認し、ずれているときは合わせてください。（時計は24時間時計です。） 浸し炊飯の浸し時間は、炊き上がり時間ではありません。（お米を浸す時間です。） → P.10
音について	●使用時にいろいろな音がする	炊飯中など使用時には次のような音がします。異常ではありません。 電源プラグ差し込み時：カチッ（火花も出る） インバーター回路への充電音 使用時：シュー 蒸気を抜く音／ブーン 冷却ファンの回転音／カチッ ジー 内がまのIH加熱音
液晶表示について	炊飯時間 ●いっきに変わる	おいしく炊き上げるために、炊飯内容を自動的に調節します。そのため炊飯途中で炊飯時間表示がいっきに変わることがあります。異常ではありません。
液晶表示について	炊飯時間 ●表示されない	「白米」「無洗米」の「ふつう」「極上」「快速」以外の炊きかたは炊飯時間を表示せず、現在時刻を表示します。
液晶表示について	●「ー:ーー」表示または「H0」表示が出る	H0表示のときは切ボタンを押すとー:ーーになります。現在時刻を合わせ直してください。ー:ーーのときは、現在時刻を合わせ直してください。 → P.5
液晶表示について	●電源プラグを抜くと表示が消える	電源プラグを抜いて差し込むごとにー:ーーまたはH0表示になる場合は、本体に内蔵しているリチウム電池の寿命です。炊飯・保温はできますが、現在時刻を合わせないと予約はできません。お求めになった販売店に電池交換（有償）をご依頼ください。（電池は専用品なのでお客様には交換できません。）
液晶表示について	●「C1」または「C2」を表示する	延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使ったり、電圧が下がったときなどに表示し、通電を停止します。延長コードは使わないで、コンセントは単独で使ってください。
液晶表示について	●「H1」～「H8」を表示する	「切」ボタンを押しても時計表示に戻らないとき、度々同じ表示になるときは、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。 → P.23
内がまのフッ素被膜について	●色むらがある	ご使用とともにフッ素被膜に色むらが出ることがあります。異常ではありません。また性能や衛生上の問題はありません。 → P.14
内がまのフッ素被膜について	●傷がある	フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。 「金属製のおたまや泡立て器などを使わない」「スプーンや茶わんなどを入れて洗わない」「酢は使わない」「みがき粉やたわしで洗わない」「付属のしゃもじを使う」 → P.14
	●使用中に停電した	炊飯中：再通電後、炊飯を続けます。30分以上停電した場合は炊飯をやめます。 保温中：再通電後、保温を続けます。ごはんの温度によっては、保温をやめます。 予約（浸し）中：再通電後、予約（浸し）を続けます。
	●本体とふたの隙間から蒸気が出る	ふた加熱板、またはふたパッキンが変形しています。新しいふた加熱板に交換してください。
	●メロディー音がうるさい	メロディー音は低音のメロディー音、またはブザー音に切り替えられます。 → P.5
	●テレビやラジオに雑音が入る	炊飯器との距離が近いと、テレビ画面のチラツキや雑音の原因になる場合があります。気になる場合は距離を離してください。（目安として3m）

■以上のことをお調べいただき、その上でご不審な点がありましたら、お買い上げになった販売店などにご相談ください。
■ふた加熱板や内がまが変形したり、フッ素被膜がはがれた場合は、お買い上げになった販売店などで新しくお買い求めください。

料理集

INDEX

●この料理集に記載されている時間の目安は、下ごしらえの時間を含みません。

●この料理集に使用しているスプーンは

	酢・酒	しょうゆ・みりん	塩	砂糖
小さじ（5mL）	5g	6g	6g	3g
大さじ（15mL）	15g	18g	18g	9g

●この料理集で使用しているカップは
お米（白米） ……1カップ　0.18L（約1合）（付属の計量カップ白米用）
お米（無洗米）……1カップ　0.17L（約1合）（付属の計量カップ無洗米用）
その他の材料 ……1カップ　0.2L（市販の計量カップ）

●この料理集で使用している単位は
1kcal（キロカロリー）＝4.2kJ（キロジュール）
1mL（ミリリットル）＝1cc（シーシー）

⚠警告

●取扱説明書・料理集に記載の炊飯・調理以外の用途には使わない

野菜ピラフ

●材料（4人分）

お米(うるち米)……カップ2
Ⓐ
- 小玉ねぎ(半分に切る)……4個
- じゃがいも(1cm角切り)……中1個
- にんじん(7mm角切り)……中1/2本
- グリーンアスパラガス(1cmの長さに切る)……3本
- カリフラワー(小房に分ける)……100g
- ホールコーン(缶詰・水気をきる)……カップ1/2
- グリンピース缶(缶詰・水気をきる)……カップ2/3

サラダ油……大さじ2
チキンスープ……200mL
塩・こしょう……各少々

●作りかた

❶お米は研いでからざるにあげ、水気をきっておきます。
❷フライパンでサラダ油(大さじ1)を熱し、Ⓐをさっと炒め、軽く塩・こしょうをし、器にあけておきます。
❸フライパンでサラダ油(大さじ1)を熱し、①のお米がすき通るまで炒め、内がまに入れます。
❹③にチキンスープを加え、水を**「白米」「硬」**の水位目盛2まで加え、塩・こしょうをしてからよく混ぜます。
❺②を上にのせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉めます。
❻「お米」ボタンで**「白米」**を、「メニュー」ボタンで**「炊込み」**を選び、「炊飯(再加熱)」ボタンを押します。
❼炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。

炊込みのポイント

★水と調味料を合わせて水加減し、よくかき混ぜてください。沈澱するとうまく炊けないことがあります。(汁気の多い具を使うときは、汁気を絞り、その汁と調味料を合わせてください。)
★具は米の上に広げてのせ、混ぜないでください。(市販の炊込みの具で、かき混ぜる指示があっても混ぜないでください。)
★予約炊飯・保温はしないでください。においや変質の原因になります。
具の量はお米の重量の30～50%が適当です。(お米1カップ分につき具の量は45～75g)
★水を吸いやすい具は、あらかじめ火を通しておきます。